

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)**



Е.Г.Положенцева

## МЕНЮ

**31 марта 2026 г.**

**Сад 12 часов ( 1 здание )**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,96	6,90	11,70	123,70	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	34,34	20,96	46,44	520,31	0,42
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,23	0,01	9,76	41,59	1,55
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>35,53</b>	<b>27,87</b>	<b>67,90</b>	<b>685,60</b>	<b>1,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,90</b>	<b>0,20</b>	<b>8,10</b>	<b>43,00</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,02	3,06	7,50	61,89	2,02
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	200	5,81	6,07	14,11	134,43	5,27
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	8,95	4,60	6,52	131,42	1,60
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	4,30	20,96	135,48	10,13
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,12	0,09	12,68	52,38	0,60
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>22,60</b>	<b>19,07</b>	<b>85,22</b>	<b>632,09</b>	<b>19,62</b>
<b>Полдник</b>								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	140/20	14,84	18,13	4,23	239,86	1,08
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,68	3,02	25,61	140,12	0,03
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>19,89</b>	<b>22,02</b>	<b>53,34</b>	<b>491,38</b>	<b>1,13</b>
<b>Всего</b>				<b>78,92</b>	<b>69,16</b>	<b>214,56</b>	<b>1 852,07</b>	<b>82,72</b>

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)



Е.Г.Положенцева

## МЕНЮ

31 марта 2026 г.

Ясли 12 часов ( 1 здание )

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,81	5,04	10,16	90,54	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	24,02	15,56	29,45	360,32	0,30
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,12	0,01	8,04	33,45	0,82
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>24,95</b>	<b>20,61</b>	<b>47,65</b>	<b>484,31</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,86</b>	<b>0,19</b>	<b>7,70</b>	<b>40,85</b>	<b>57,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40	0,81	2,45	6,00	49,52	1,62
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	150	4,62	5,06	10,10	104,41	4,08
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	60	11,61	13,15	1,15	169,13	1,00
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	5,28	16,78	125,08	8,10
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	150	0,10	0,08	10,53	43,53	0,50
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	TK №005	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>22,49</b>	<b>26,78</b>	<b>63,32</b>	<b>584,86</b>	<b>15,30</b>
<b>Полдник</b>								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	15,06	17,40	3,91	232,75	0,87
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,44	3,01	18,64	111,21	0,01
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>19,85</b>	<b>21,28</b>	<b>43,01</b>	<b>443,11</b>	<b>0,90</b>
<b>Всего</b>				<b>68,15</b>	<b>68,86</b>	<b>161,68</b>	<b>1 553,13</b>	<b>74,32</b>

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)**



Е.Г.Положенцева

## МЕНЮ

**31 марта 2026 г.**

**Ясли 12 часов ( 2 здание )**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,81	5,04	10,16	90,54	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	24,02	15,56	29,45	360,32	0,30
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,12	0,01	8,04	33,45	0,82
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>24,95</b>	<b>20,61</b>	<b>47,65</b>	<b>484,31</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,86</b>	<b>0,19</b>	<b>7,70</b>	<b>40,85</b>	<b>57,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40	0,81	2,45	6,00	49,52	1,62
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	150	4,62	5,06	10,10	104,41	4,08
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	60	11,61	13,15	1,15	169,13	1,00
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	5,28	16,78	125,08	8,10
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	150	0,10	0,08	10,53	43,53	0,50
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>22,49</b>	<b>26,78</b>	<b>63,32</b>	<b>584,86</b>	<b>15,30</b>
<b>Полдник</b>								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	15,06	17,40	3,91	232,75	0,87
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,44	3,01	18,64	111,21	0,01
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>19,85</b>	<b>21,28</b>	<b>43,01</b>	<b>443,11</b>	<b>0,90</b>
<b>Всего</b>				<b>68,15</b>	<b>68,86</b>	<b>161,68</b>	<b>1 553,13</b>	<b>74,32</b>

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)**



Е.Г.Положенцева

## МЕНЮ

**31 марта 2026 г.**

**Сад 12 часов ( 2 здание )**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,96	6,90	11,70	123,70	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	34,34	20,96	46,44	520,31	0,42
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,23	0,01	9,76	41,59	1,55
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>35,53</b>	<b>27,87</b>	<b>67,90</b>	<b>685,60</b>	<b>1,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,90</b>	<b>0,20</b>	<b>8,10</b>	<b>43,00</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,02	3,06	7,50	61,89	2,02
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	200	5,81	6,07	14,11	134,43	5,27
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	8,95	4,60	6,52	131,42	1,60
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	4,30	20,96	135,48	10,13
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,12	0,09	12,68	52,38	0,60
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>22,60</b>	<b>19,07</b>	<b>85,22</b>	<b>632,09</b>	<b>19,62</b>
<b>Полдник</b>								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	14,84	18,13	4,23	239,86	1,08
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,68	3,02	25,61	140,12	0,03
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>19,89</b>	<b>22,02</b>	<b>53,34</b>	<b>491,38</b>	<b>1,13</b>
<b>Всего</b>				<b>78,92</b>	<b>69,16</b>	<b>214,56</b>	<b>1 852,07</b>	<b>82,72</b>

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
 (ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)



Е.Г.Положенцева

**МЕНЮ**

**31 марта 2026 г.**

**Ясли 5 часов утро ( 2 здание )**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,81	5,04	10,16	90,54	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	24,02	15,56	29,45	360,32	0,30
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,12	0,01	8,04	33,45	0,82
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>24,95</b>	<b>20,61</b>	<b>47,65</b>	<b>484,31</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,86</b>	<b>0,19</b>	<b>7,70</b>	<b>40,85</b>	<b>57,00</b>

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  
31.03.2026

Е.Г.Положенцева



**МЕНЮ**

**31 марта 2026 г.**

**Ясли 5 часов вечер ( 2 здание )**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Полдник</b>								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	15,06	17,40	3,91	232,75	0,87
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,44	3,01	18,64	111,21	0,01
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>19,85</b>	<b>21,28</b>	<b>43,01</b>	<b>443,11</b>	<b>0,90</b>